LIMA, JUEVES 8 DE MAYO DE 2025 | @DiarioOjo | DiarioOjo | @diarioOjo | www.ojo.pe Precio: S/ 1.20 Vía aérea: S/1.50 | N°21380 | Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay



GRATIS

ojo

HOY JUEGA con ojo

SUPLEMENTO TRAE TRES PÁGINAS PARA LLEVAR MÁS DIVERSIÓN A TODA LA FAMILIA

HUMO NEGRO EN PRIMERA VOTACIÓN

Ayer se dio inicio al cónclave con la participación de 133 cardenales

IMPACTO Pág. 3

EXTORSIONADORES LANZAN EXPLOSIVOS A DOS CENTROS EDUCATIVOS Y EXIGEN CUPOS

TIRARON BOMBAS A LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DE GUADALUPE, EN COMAS, Y AMENAZAN A DIRECTORA

METROLIMA Pág. 4

MALDITOS ASUSTAN EN COLEGIOS

FISCALÍA INICIÓ INVESTIGACIÓN PRELIMINAR TRAS ATENTADO EN LIMA NORTE

Y EN SAN JUAN DE LURIGANCHO, HAMPONES ATACARON EL LICEO PITÁGORAS CAUSANDO DESTROZOS EN PUERTAS Y VENTANAS

...recibe en Ate ...dependiente ...Valle desde ...9 de la noche

CRACK Pág. 13

U BUSCA SUMAR EN LA COPA

PELEAN POR "TOMATE" BARRAZA

...nessa ...pez tilda de ..."mante" a ...grid Mijares ...e ríe ...carta ...tarial

OJOSHOW Pág. 17

EDITORA GENERAL: SILVIA QUISPE RAMÍREZ

OPINAN LOS LECTORES
¿Cree que el Gobierno tiene alguna responsabilidad en el asesinato de 13 mineros en Pataz?

SÍ 84%
NO 16%

Pregunta en www.ojo.pe
¿Cree que el sucesor del papa Francisco debe seguir su legado en la Iglesia Católica?

X TWITTER

FERNÁN ALTUVE
Abogado e historiador

"Antiguamente, las autoridades capturaban al sospechoso y luego informaban. Ahora informan (que alias 'Cuchillo' dirigió matanza en Pataz) y los sospechosos se escapan del país (a Colombia). Torpeza o complicidad, ¿qué piensan?"

LA CRUDA REALIDAD

COLEGIOS BAJO AMENAZA

Nuevamente los extorsionadores irrumpen la tranquilidad de los centros educativos. Entre la noche del martes y la madrugada del miércoles se reportaron dos atentados a dos colegios, uno en Comas y el otro en San Juan de Lurigancho, dos distritos declarados en estado de emergencia. En el caso de Comas, pese a estar prohibido, dos delincuentes llegaron en una moto hasta las instalaciones del colegio particular Nuestra Señora de Guadalupe y lanzaron explosivos. La directora informó que venía recibiendo amenazas de extorsionadores, quienes le exigían el pago de 50 mil y 100 mil soles de cupo para dejarlos trabajar. El otro atentado ocurrió en San Juan de Lurigancho, donde los hampones arrojaron un explosivo dañando puertas y ventanas del colegio Liceo Pitágoras. En ambos casos no se registraron heridos ni víctimas que lamentar. Sin embargo, las clases se tuvieron que suspender y pasar a la virtualidad como medida de seguridad. No puede ser que la delincuencia siga escalando y afectando a los escolares. Así no se puede vivir tranquilo.



MILITARES Y POLICÍAS LUCHARÁN EN PATAZ CONTRA MAFIAS

CON COMANDO UNIFICADO SE ENFRENTARÁ A CRIMINALES

Se creará un comando unificado liderado por un general del Ejército que coordinará la actuación de las Fuerzas Armadas y la Policía en la provincia liberteña de Pataz, donde operan mafias armadas de la minería ilegal, anunció anoche el titular de Defensa, Walter Astudillo. Tras el Consejo de Ministros, dijo que se pasará a tener de 400 a mil policías y de 100 a 500 militares en Pataz. Además, se amplió el estado de emergencia por 30 días en Trujillo, Virú y Pataz por la inseguridad.

DEBATIRÁN EN EL CONGRESO SI LO CENSURAN

Adrianzén en la mira por muerte de mineros

↗ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

En el Pleno del Congreso de hoy se dará cuenta de las mociones de censura presentadas contra el premier Gustavo Adrianzén y ellas, que según sus promotores tendrían los votos para sacarlo del cargo junto a todo su gabinete, se debatirán la próxima semana.

Al respecto, el presidente del Congreso, Eduardo Salhuana (APP), refirió que, admitidas las mociones, vendrá el debate que estimó para la semana que viene.

Dijo que su bancada reunida fijará una posición. Eso será aunque su líder, César Acuña, quien apoya al Ejecutivo, rechazó la censura.

Se espera la definición de Fuerza Popular (FP), otro de los sustentos del gobierno de Dina Boluarte, aunque su congresista Alejandro Aguinaga expresó su negativa a la censura. FP, Somos Perú, Perú Libre y APP no han firmado las mociones, pero no descartan apoyar la censura.

ojo al dato
El Gobierno presentó al Congreso un proyecto de ley para exonerar algunos supuestos de la prohibición de nepotismo.

TODOS. De censurarse al premier, a quien se busca sacar del cargo por la matanza de 13 mineros de Pataz y su incapacidad ante la delincuencia, el gabinete se irá.

Las mociones de censura son de Renovación Popular, Acción Popular y Podemos Perú (PP), y una multipartidaria, con apoyo de varias bancadas, hasta oficialistas.

José Luna, de PP, reveló que se tiene los 66 votos requeridos como mínimo para censurar al premier y señaló que será la última oportunidad de Boluarte para armar un gabinete con funcionarios capacitados, porque sino luego irán por la vacancia.



• Censurado Gustavo Adrianzén, gabinete seguirá su suerte.



SE QUEDA CON GANAS DE SALIR LIBRE CON GRILLETE

Pedro Castillo seguirá preso porque la Sala Penal Permanente de la Corte Suprema declaró infundada su apelación para cambiar la prisión preventiva que cumple en la base de la Diroes de Ate por vigilancia electrónica y el uso de un grillete.



FOTO: OJO

Cae denuncia constitucional a Morgan Quero



• Ministro promovió la desvalorización de agraviados, según la Fiscalía.

La Fiscalía de la Nación presentó ante el Congreso una denuncia constitucional contra el ministro de Educación, Morgan Quero, por afirmar que los "derechos humanos, no para las ratas", sobre las muertes durante la protestas contra el régimen de Dina Boluarte a finales de 2022 e inicios de 2023.

OJOS&OÍDOS

LEYES. El Pleno del Congreso sesionará hoy para votar y eventualmente aprobar importantes normas, entre ellas la de bachillerato automático permanente en universidades y que presidentes del Congreso denuncien a ministros que no reglamenten leyes a tiempo.

SUELDAZO. Ante la intención del Gobierno de subirle a S/ 35,568 la remuneración a la presidenta Dina Boluarte, el economista Carlos Adrianzén advirtió en Canal N que no es momento de subir ningún sueldo.

MINERÍA. A raíz de la matanza en Pataz, el congresista Elías Varas planteó crear una comisión multipartidaria que investigue tal hecho y a grupos delictivos vinculados a la minería ilegal, narcotráfico y crimen organizado desde el 2020 hasta la fecha.

AY. Juan Santiváñez, amiguísimo de Dina Boluarte y exministro del Interior censurado, fue designado miembro del Consejo Directivo de la Sucamec en representación del Mininter. Desde el 17 de abril es jefe de una oficina del Despacho Presidencial.



HOY ESTÁN PROGRAMADAS CUATRO VOTACIONES DE CARDENALES PARA DESIGNAR AL SUCESOR DE FRANCISCO

Sale humo negro y aún no eligen papa



• La Capilla Sixtina reúne a 133 cardenales que se encomiendan al Espíritu Santo.

• "Fumata negra" era previsible en primera votación.

• Fieles católicos rezan mirando a la chimenea de la Capilla Sixtina.

AGENCIAS OJO
redaccion@prensmart.pe

5 VOTACIONES
En dos días tomó la elección de Francisco y la de Benedicto XVI cuatro votaciones.

Al cumplirse los pronósticos, la primera votación del cónclave cardenalicio para nombrar en el Vaticano al sumo pontífice de la Iglesia Católica terminó ayer con la "fumata negra" (humo negro) por la chimenea de la Capilla Sixtina, señal de que no había un nuevo papa.

Por la mañana, 133 cardenales elegibles y electores presentes -de los 135 que tenían derecho a asistir- caminaron desde la Capilla Paulina a la Capilla Sixtina cantando la "Letanía de los Santos", en que se invoca a más de un centenar de santos católicos para que oren por ellos.

En procesión encabezada por una cruz y dos cirios, los cardenales entraron a la Capilla Sixtina, donde tras diversos ritos quedaron encerrados hasta la tarde para la primera votación.

Aislados del mundo exterior, sin celulares ni equipos electrónicos, recibieron sus cédulas de papel y, con el nombre de quien creen debe ser el sucesor del fallecido papa Francisco, las introdujeron en las urnas que luego se escrutaron frente a todos.

VOTOS. Se necesita al menos dos tercios de los votos para nombrar al nuevo papa, 89 en esta ocasión, cifra que ayer no alcanzó ninguno de los votados.

Mientras cientos de fieles esperaban en la Plaza de San Pedro, afuera de la Capilla Sixtina, por la tarde asomó en el cielo la "fumata negra", señal de que aún no se tiene un elegido.

Hoy, jueves, están programadas cuatro votaciones, dos en la mañana y dos en la tarde. Aunque en los cónclaves nada está dicho, vaticanistas pronostican que el nuevo papa será elegido a más tardar este sábado y, por qué no, quizá incluso hoy.

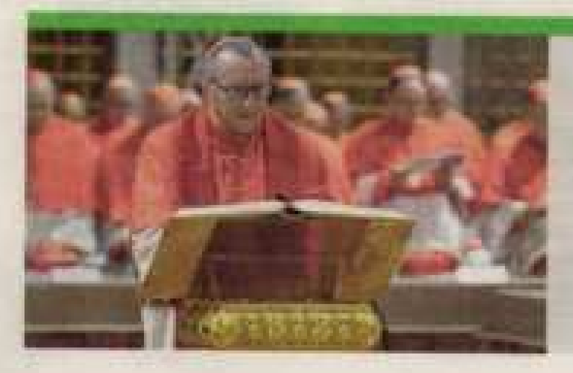
En las elecciones de Benedicto XVI (2005) y Francisco (2013), los dos últimos papas, se eligió a los favoritos, aunque en los cónclaves nunca se sabe. Y es que, como dice la sentencia popular, "quien entra como papa, sale como cardenal".

FAVORITOS. Vaticanistas hablan del italiano Pietro Parolin (70), secretario de Estado y brazo derecho de Francisco, y del filipino Luis Tagle (67), muy carismático y con mejor salud.

Ambos son de la "línea" de Francisco, quien nombró a cuatro de cada cinco de los cardenales del cónclave, pero eso no es suficiente porque el fallecido papa fue plural en los nombramientos de los purpurados.

Por eso causó revuelo escuchar a primera hora, al cardenal decano Giovanni Battista Re, cuando al celebrar la misa "pro eligendo Romano Pontifice" en la Basílica de San Pedro, dio la paz a Parolin y le dijo, entre sonrisas, "suerte por partida doble" (auguri... doppi).

ojo al dato
Nueve cardenales al azar son escrutadores (3), recogen votos si hay enfermos (3) y verifican los resultados (3).



REPARTEN UN LIBRO QUE PROMUEVE A "PAPABLES" CONSERVADORES

PRELADOS JURAN SILENCIO, PERO HACEN CAMPAÑA POR CANDIDATOS

Antes se reunirse para elegir al nuevo papa, los 133 cardenales electores y elegibles prestaron juramento colectivo de observar "con la mayor fidelidad... el secreto sobre todo lo que de alguna manera se relacione con la elección del Romano Pontífice". Después, uno por uno, por orden de antigüedad, prestaron juramento individual "Y yo... prometo y juro. Que Dios me ayude y estos Santos Evangelios que toco con mi mano", dijo cada uno.

Sin embargo, algo enturbia el proceso, porque se les entregó el libro "The College of Cardinals Report" ("Informe del Colegio de Cardenales"), que pueden llevar a la votación, en que se ofrece perfiles de 40 candidatos al papado con textos favorables a prelados conservadores opositores del fallecido papa Francisco y su opción por una Iglesia Católica moderna.



LIMA REGISTRÓ LEVE SISMO. Un sismo de magnitud 3.8 y con epicentro en el Callao se registró la mañana de ayer en Lima y la Provincia Constitucional. Según el Instituto Geofísico del Perú (IGP) se ha reportado 313 sismos en lo que va del año.

SUSPENDIERON CLASES PRESENCIALES ANTE HECHOS VIOLENTOS

Lanzan explosivos a dos colegios

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

En un nuevo episodio de violencia, dos colegios en Lima fueron atacados con explosivos, en menos de 24 horas.

Estos atentados, ocurridos en los distritos de Comas y San Juan de Lurigancho, han generado gran preocupación entre padres, docentes y estudiantes.

El primer ataque ocurrió en el colegio privado Nuestra Señora de Guadalupe, en Comas, en la noche del último martes.

Dos delincuentes, a bordo de una motocicleta, dejaron un artefacto explosivo en la puerta de la institución.

La directora, quien ya había recibido amenazas de extorsión por parte de la banda "Los Injertos del Cono Norte", se vio obligada a suspender las clases.

Según su testimonio, al acudir a la Policía, las autoridades le sugirieron "arreglar con los extorsionadores".

DESTROZOS. Horas después, ayer en la madrugada, en San Juan de Lurigancho, un segundo ataque tuvo lugar en el colegio Liceo Pitágoras.

Dos sujetos lanzaron explosivos contra el frontis de la institución, destrozando los vidrios y la puerta metálica. Los propietarios presentes no resultaron heridos.

En ambos colegios, los extorsionadores exigen el pago de cupos, entre 50 mil y 100 mil soles.

El exgeneral de la Policía Nacional, Gastón Rodríguez destacó a **OJO** que la infraestructura escolar debe estar mejor protegida, con cámaras de vigilancia y un sistema de alertas tempranas que permita actuar de inmediato ante cualquier amenaza.

"Es fundamental que el Gobierno refuerce la seguridad en las zonas más afectadas, así como un mayor compromiso por parte de las fuerzas del orden para desarticular estas mafias", indicó.

• Extorsionadores piden cupos de hasta S/ 100 mil para "dejar trabajar" en colegios.

ojo al dato

La fiscalía provincial de Comas inició investigaciones, analiza los videos y cuida la identidad de los testigos.



• Anuncian que cerrarán sus negocios.

DE ESTE 14 DE MAYO

Comerciantes de Gamarra se suman a paro

Ante el alarmante aumento de extorsiones y asesinatos en distintas regiones del país, los comerciantes del emporio comercial de Gamarra anunciaron que se unirán al paro nacional convocado por los transportistas este miércoles 14 de mayo.

La medida busca exigir respuestas concretas del Gobierno frente a la creciente inseguridad y pedir la derogación de leyes que, según denuncian, estarían beneficiando al crimen organizado.

"No solo nosotros cerraremos, también lo harán los bodegueros y los mercados. Tenemos que unirnos todos", expresaron.

Alerta por sarampión y piden vacunarse



• Se han confirmado 2325 casos de sarampión en las Américas.

Debido a que los casos de sarampión en la región aumentaron 11 veces en comparación al año pasado, la Organización Panamericana de la Salud instó a los países, incluido el Perú, a intensificar la vacunación contra esta enfermedad.

AL GRANO



VIENTOS FUERTES Y LLOVIZNA EN TODA LA COSTA

Desde hoy hasta el sábado habrá incremento de la velocidad del viento de moderada a fuerte intensidad y llovizna dispersa, en toda la costa peruana, según el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología del Perú (Senamhi).



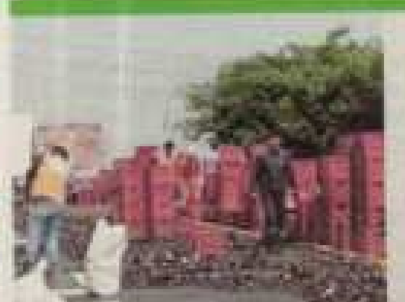
PATRULLAJE Y VIGILANCIA EN BUSES

Efectivos de la División de Emergencia (Diveme), Escuadrón Verde y otras unidades policiales vienen subiendo a las unidades de transporte público para acompañar y resguardar a los pasajeros mientras se dirigen a sus destinos.



REPROGRAMARÁN 245 VUELOS POR INAUGURACIÓN

La suspensión de operaciones en el aeropuerto Jorge Chávez, por la mudanza al nuevo terminal el 1 de junio, afectará 245 vuelos nacionales e internacionales, que deben ser reprogramados, según el gremio aéreo.



SOLO 1 CARRIL QUEDÓ HABILITADO GENERANDO GRAN CONGESTIÓN

DECENAS DE CAJAS DE CERVEZA REGADAS EN VÍA DE EVITAMIENTO

Un accidente vehicular en la Vía de Evitamiento, a la altura del puente Bolognesi, provocó ayer en la mañana un gran caos vehicular en Lima.

Un camión de carga pesada que transportaba decenas de cajas de cerveza se volcó parcialmente mientras se dirigía al sur, dejando la mercancía esparcida a lo largo de la vía.

Como consecuencia, solo un carril quedó habilitado, generando gran congestión en la zona.

Lima Expresa, concesionaria de la vía, informó del incidente y anunció que su equipo de auxilio vial se dirigió al lugar para brindar apoyo.



GRABABA A JÓVENES EN LA CALLE. Efectivos de la sección de inteligencia de la Dirincri – Arequipa, capturaron a Baltazar Huilcañahui Cabrera (45), por utilizar un celular para grabar las partes íntimas de mujeres que caminaban por las calles del Cercado de la ciudad. El sujeto portaba una mochila que acercaba por detrás a la víctima y en cuyo interior había una bolsa con la que cubría parte del celular.



• Se les incautó pistolas y cacerinas de fusil.

POLICÍA LOS UBICÓ EN SU GUARIDA

Atrapan a tres de "Los Malditos del Barrio"

Después de abrir a patadas la puerta de su guarida, la Policía arrestó a tres integrantes de la banda criminal "Los Malditos del Barrio", en el distrito limeño de San Martín de Porres.

Detectives Contra el Crimen Organizado detuvieron a Paola Coronel Mondragón (29) "Medusa", Cooper Castro Arce (25) "Pericote" y Wilmer Núñez Guerrero (44) "Cabezón".

Dos pistolas, una cacerina de fusil y balanzas fueron halladas en la casa donde fueron intervenidos, en el Programa de Vivienda Rivera Azul.

Joven es baleado cuando tomaba gaseosa



• Era conocido porque jugaba en varios campeonatos de Lima Sur.

De cuatro disparos, un joven que se ganaba la vida jugando fulbito fue asesinado cuando tomaba una gaseosa dentro de una tienda, cerca de su casa, en Villa El Salvador. Luis Elías Anderson García Incio (22), gravemente herido, fue llevado al hospital de la zona pero llegó cadáver.

AL GRANO



DETIENEN A "LOS BERRACOS DE JOSÉ GÁLVEZ"

Juan Calderón (37) "Pirata", Jorge Cárdenas (31) "Cirilo", Deyvis Naveros (35) "El Capo", Héctor Carrillo (31) "Tatoo", Franklin Lázaro (31) "Perrón" y José Manrique (50) "Botija", de "Los Berracos de José Gálvez", fueron detenidos por extorsión y sicariato.



ASESINAN A BALAZOS A "EL MILLONARIO"

Carlos Alberto Córdova Heredia (34) "El Millonario", fue asesinado sangre fría a unos metros de su casa en el pueblo joven Cruz de la Esperanza en Chiclayo, cuando se dirigía a comprar a una tienda.

TIROTEO DEJA DOS MUERTOS Y DOS HERIDOS

Dos personas fallecidas y dos gravemente heridas, todos de nacionalidad venezolana, fue el saldo de una balacera en el sector de Alto Libertad, en el distrito de Cerro Colorado, en Arequipa.

FUERON DETENIDOS COMIENDO CEBICHE EN VENTANILLA

Extorsionaban con muñecos Chucky

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Mientras degustaban una fuente de cebiche, integrantes de una banda criminal fueron arrestados en un restaurante, en Ventanilla, a cuya dueña extorsionaban y para obligarla a pagar cupo, la intimidaron con tres muñecos del personaje de la película de terror "Chucky" que colocaron en las sillas.

La propietaria del local de venta de comida, en forma valiente denunció que "Los Chuckys de Villa Los Reyes", bajo amenazas, le pidieron una fuerte suma de dinero. Además, la llamaron a su celular diciéndole que comensales de parte de la banda criminal iban a ir a su local a consumir gratis y que a uno de ellos debía entregarle la plata de inscripción exigida.

CAPTURA. Tras el aviso de la agraviada, efectivos de la comisaría del sector llegaron al restaurante, ubicado en el asentamiento humano 12 de octubre.



• Detenidos exigían dinero y comida a dueña de restaurante.



ojo al dato

El jefe de la Región Policial Callao, general PNP Isaac Candia Hara, dijo que las bandas delincuenciales rinden culto a personajes como "La Santa Muerte" y "Chucky".

• Muñecos estaban sentados en sillas.

En una mesa encontraron a cinco personas saboreando el cebiche que les sirvieron. Lo curioso para los policías fue que en tres sillas habían muñecos de "Chucky" de diferentes tamaños.

En el operativo policial fueron detenidos Luis Miguel Gonzales Ruidíaz (32) "Loco Micky", Carlos Enrique Blas Villegas (43) "Kike", y Jaime Alfonso Girón Mesones (64) "Ratón".

También cayeron Miguel Gian Marco Beteta Jacinto (28) "Toti" o "Baby" y José Luis Pacheco Palomares (45) "Luchito", a quien se le encontró una pistola con 13 municiones.



EN EL CALLAO

"LECHUGUITA" ROBÓ CAMIÓN

En rápida y oportuna intervención, la Policía capturó a un sujeto y recuperó un camión con mercadería valorizada en 300 mil dólares que minutos antes varios ladrones robaron después de secuestrar al chofer, en el Callao.

Gracias al aviso de vecinos, agentes del Escuadrón Verde – Callao detuvieron a Jesús Mariano Meza Saavedra (41) "Lechuguita" cuando conducía el vehículo pesado robado que transportaba gran cantidad de taladros y brocas.

INDIA ATACÓ PAKISTÁN Y DEJÓ 31 MUERTOS

El mundo tiembla por guerra nuclear

GLOBAL



AGENCIAS OJO
correo@prensmart.pe

India y Pakistán, potencias con armas nucleares y enemigas desde 1947, están al borde de la guerra total, luego de que la primera bombardeó territorio de la segunda con el saldo de al menos 31 muertos, incluidos niños.

De madrugada, en lo que Nueva Delhi llamó "Operación Sindoor" se bombardeó con misiles lo que calificó de "infraestructura terrorista" de milicianos que hace dos semanas mataron a 25 turistas en la región de Cachemira administrada por India, algo que Pakistán niega.



• India golpeó a Pakistán y esta anuncia venganza.

El líder del grupo Jaish-e-Mohammed (JeM), Masood Azhar, confirmó que diez miembros de su familia y cuatro colaboradores murieron durante los ataques aéreos en Pakistán y la Cachemira administrada por Pakistán.

CAZAS. Pakistán ordenó a sus Fuerzas Armadas vengar el asesinato de "inocentes" y derribaron cinco aviones de combate indios: MIG-29 y Sukhoi SU-30 MKI rusos y Rafale francés.

Francia confirmó el derribo del Rafale, caza joya de su aviónica que por primera vez en la historia es abatido y lo fue por un avión chino J-20.

Ante las Naciones Unidas, Pakistán advirtió que responderá militarmente a la India, donde anoche, en sus principales ciudades, se apagaron las luces para realizar simulacros de bombardeos pakistaníes.

ojo al dato

El Consejo de Seguridad de la ONU instó a la paz, mientras Israel apoyó a la India y China pidió evitar llegar a guerra total.





CONVOCA	DESCRIPCIÓN	PRECIO BASE
[illegible]	BELÉN - LORETO	
	[illegible]	[illegible]
	[illegible]	[illegible]
	[illegible]	[illegible]
	[illegible]	[illegible]
	[illegible]	[illegible]
	AREQUIPA	
	[illegible]	[illegible]
	PUNO	
	[illegible]	[illegible]
	LIMA	
	[illegible]	[illegible]
	[illegible]	[illegible]
	[illegible]	[illegible]
[illegible]	VILLA EL SALVADOR [illegible], LIMA	
	[illegible]	[illegible]
	PIURA	
	[illegible]	[illegible]
	[illegible]	[illegible]
	LA LIBERTAD	
	[illegible]	[illegible]

[illegible]

EL LIQUIDADOR

BOMBAZO ABRE CRÁTER EN COLEGIO. Al menos 22 personas, incluidos siete niños, murieron en un ataque con misiles de Israel contra un complejo escolar que albergaba a miles de palestinos desplazados en el campamento de Al Bureij, donde se abrió un cráter, en el centro de la Franja Gaza. Decenas más resultaron heridos.

REINO UNIDO



LE PAGAN BILLETÓN POR DARTH VADER

➡Lorna Rooke, trabajadora del Servicio Nacional de Salud, fue indemnizada con 37,500 dólares por el "daño psicológico" al ser comparada con el villano de Star Wars, Darth Vader. Eso fue durante un ejercicio psicológico de tipo de personalidad Myers-Briggs con temática de Star Wars.

VENEZUELA



RESCATAN A CINCO REHENES DEL CHAVISMO

➡En una operación militar diseñada por Estados Unidos se liberó en Caracas a Magalli Meda, Claudia Macero, Omar González, Pedro Urruchurtu y Humberto Villalobos, disidentes que cercados por el régimen chavista estuvieron 412 días en la embajada de Argentina y ya están libres en Norteamérica.

FOTOLOCA



NEPAL

HÉROE DE LOS NIÑOS MUERE AL ESCALAR GRAN MONTAÑA

➡Cuando escalaba el Makalu, la quinta montaña más alta del mundo, en el Himalaya, el montañista estadounidense Alexander Pancoe (39) murió de un infarto al acomodarse en su bolsa de dormir por sentirse mal de salud. Su escalada tenía un fin benéfico: recaudar fondos para un programa que ayuda a combatir el cáncer infantil. Pancoe venció al cáncer tiempo atrás y desde entonces escaló montañas para reunir fondos a favor de los niños enfermos de ese mal.

MALI



DIO A LUZ A 9 BEBÉS A LA VEZ Y HOY TIENE UNA FAMILIA FELIZ

➡Halima Cissé, quien hace cuatro años dio a luz por cesárea a nueve bebés, cinco niñas y cuatro niños, en un parto que sorprendió al mundo, ha formado con ellos y su esposo, Kader Arby, una familia feliz que, reunida, celebró el acontecimiento ahora que los niños crecen sanos. Los nonillizos fueron concebidos de manera natural, algo que, según los médicos, es muy raro, y criarlos ha sido duro por lo demandante que es atenderlos.

PANAMÁ



SUELTAN A MILLONES DE MOSCAS

➡Estados Unidos libera cada semana, en la selva de Panamá, 14 millones de moscas macho Cochliomyia hominivorax estériles para reducir la reproducción de tal plaga en Centroamérica.

ASÍ FUE

ARABIA SAUDITA



AVIÓN CAZA DE 70 MILLONES CAE AL MAR

➡Un caza F/A-18 Super Hornet, de 70 millones de dólares, cayó al mar desde el portaaviones USS Harry S. Truman mientras intentaba aterrizar en el Mar Rojo, obligando a sus dos pilotos a eyectarse. Ocurrió mientras el buque es clave en la campaña de ataques aéreos de Estados Unidos contra los rebeldes hutíes de Yemen. En abril, otro F/A-18 se deslizó del hangar hacia el Mar Rojo.

¿SABÍAS QUE...

¿SE CUBRIERON PINTURAS DE LA CAPILLA SIXTINA, DONDE ELIGEN AL PAPA?

MIGUEL ÁNGEL PINTÓ LA BÓVEDA DE LA CAPILLA SIXTINA, PERO LUEGO SE CUBRIÓ ALGUNAS DE LAS DESNUDECES DE SU OBRA CUMBRE, "JUICIO FINAL".



Ubique en la parrilla las palabras que se presentan a continuación agrupadas alfabéticamente y de acuerdo con su cantidad de letras.

4 LETRAS
LAGO
ORAR
AMOR
CORO
SAGA
PORO
MUIR
AIRE
DORÉ
TARA
ALIC
LOTE
LIMA
AMAR

5 LETRAS
ROMEO
ALAGO
TARDE
CORAL
NORTE
CÓMIC
AMARU

6 LETRAS
AKERMI

8 LETRAS
RÚSTICAS

9 LETRAS
DADIVOSAS
~~ALIMENTAR~~

11 LETRAS
CASTIGADORA



¡Únete y pásalo de lo lindo con tu familia!

SUMANDO

Coloque en las casillas en blanco los números que están fuera del recuadro, de modo que, al sumar horizontal o verticalmente, el resultado sea siempre el mismo (63).

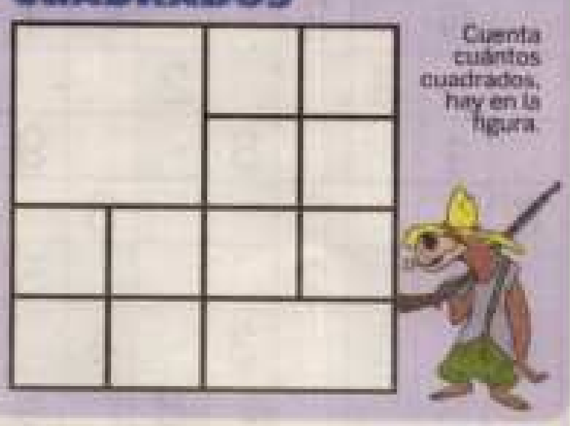




A simple vista son cuadros idénticos, pero hay nueve diferencias. ¡Encuéntralas!





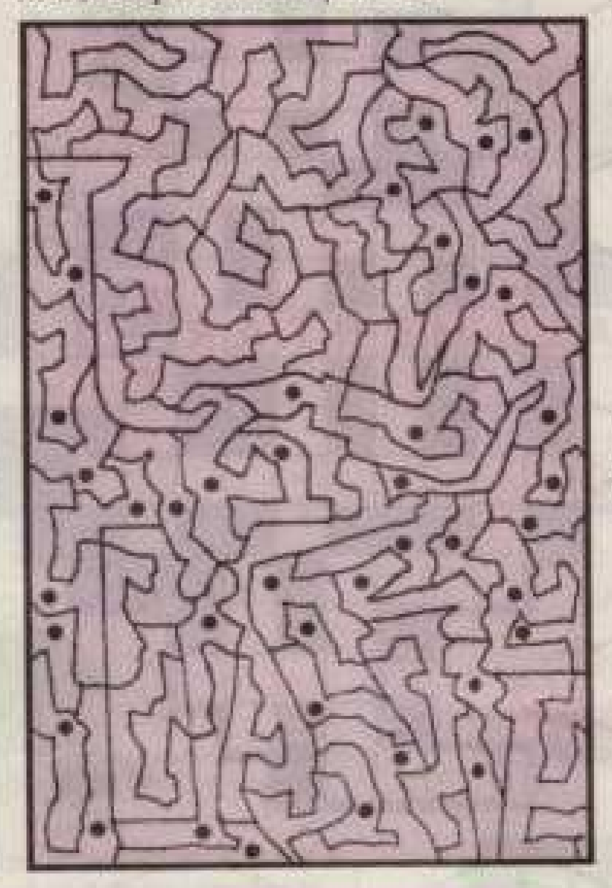


PUNTO A PUNTO

Una los puntos hasta formar la figura.

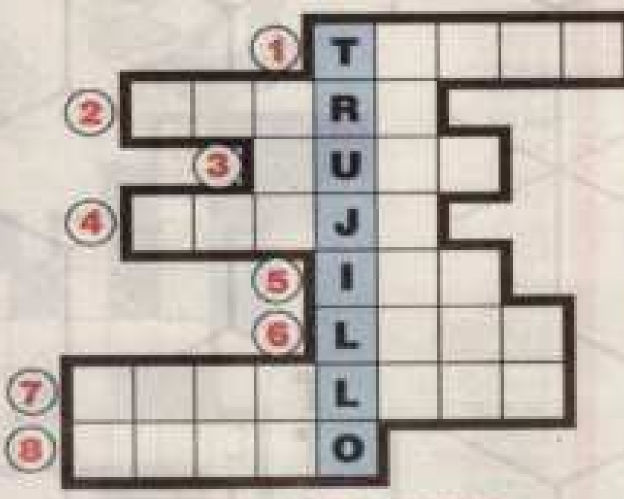
SOMBREAR

... Los espacios con puntos.



MENTE ÁGIL

Aquí tienes los nombres de ocho ciudades cruzando la de Trujillo. ¿Cuáles son?



DEFINICIONES:

1. Ciudad llamada "La heroica"
2. Allí nació Miguel Grau.
3. A orillas del Titicaca.
4. Famosa por su clima.
5. La ciudad de la vendimia.
6. Capital del Perú
7. En Lambayeque.
8. Capital arqueológica de América.

PONTE MOSCA CON EL SUDOKU

Nº 138

	4				1		7	
1		9		4		2		6
	6		3				1	
		3			2			5
	1			8			9	
6			5			3		
	8		2				5	
9		1		3		4		8
	3				8		6	

Nº 139

5			7			8		
	4			9			2	
		6			1			7
6			9			5		
	7			8			1	
		2			5			6
1			5			2		
	5			2			7	
		7			9			1

DESAFÍO

Coloque los números naturales del 1 al 12 en la siguiente figura de manera que la suma de cada lado sea siempre el mismo. (37)

10 8 3 5 1 4 9

LABERINTO

A

LLEGADA

CRUCIPALABRAS

Ubique en la cuadrícula los números que se dan agrupados por la cantidad de cifras. Los impresos servirán de punto de partida.

3 CIFRAS
222 - 410

4 CIFRAS
3160 - 3662
5133 - 5628
8433

5 CIFRAS
08461 - 23381
26463 - 48332
55060 - 83401

7 CIFRAS
1126674
2862633
3110436

9 CIFRAS
333078430
~~463767717~~
863466355

10 CIFRAS
6348267619

6
3
4 6 3 7 6 7 7 1 7 8
3
4
8
0

TIRA DE HUMOR







CÓMO PREVENIR EL AUMENTO DE PESO EN TEMPORADA DE FRÍO

Para evitar el aumento de peso en temporada fría, se recomienda consumir alimentos ricos en vitaminas A, C y E, aumentar la fibra y realizar ejercicio regular.

LA COLUMNA DE PÉREZ-ALBELA

INFLAMACIÓN CRÓNICA Y SUS RIESGOS

La inflamación es una herramienta natural del cuerpo para defenderse. Cuando sufrimos una herida o una infección, nuestro sistema inmune responde con inflamación para curar y proteger. Pero ¿qué pasa si esa señal de alerta nunca se apaga?

Cuando la respuesta inflamatoria permanece activa por semanas, meses o incluso años, afecta al organismo y se ha vinculado con más del 50 % de las muertes globales, debido a enfermedades como diabetes, hipertensión, cáncer, Alzheimer o trastornos autoinmunes. El cuerpo permanece en un estado constante de defensa, lo que compromete la salud del corazón, el metabolismo, el estado de ánimo y hasta el sistema nervioso.

Diversos factores del estilo de vida moderno alimentan este desequilibrio: una dieta basada en alimentos ultraprocesados, el estrés persistente, la falta de actividad física, el mal descanso y el consumo de sustancias tóxicas. Incluso la disbiosis intestinal, es decir, un desequilibrio en la flora bacteriana, influye directamente en la inflamación.

La buena noticia es que pequeñas decisiones diarias ayudan a prevenirla. El cuerpo tiene la capacidad natural de autorregularse cuando se le ofrece un entorno favorable, y ese entorno se construye desde el plato y el estilo de vida.

Una alimentación rica en verduras, cereales integrales, legumbres y grasas saludables es un poderoso escudo contra la inflamación. Las semillas de chía, el aceite de oliva extra virgen, los frutos secos y alimentos fermentados como el chucrut o el kéfir son aliados para una microbiota intestinal equilibrada, clave en este proceso.

Además, moverse a diario, respirar profundo, mantener horarios de sueño regulares y reducir el estrés emocional aporta armonía al sistema inmune. Evitar ultraprocesados, comidas rápidas, azúcares añadidos, sedentarismo y exposición a contaminantes ambientales marca la diferencia. Una vida más consciente, con alimentos reales y conexión con lo esencial, puede cambiar el destino de nuestra salud.

> "LA INFLAMACIÓN SE HA VINCULADO CON MÁS DEL 50 % DE LAS MUERTES GLOBALES, DEBIDO A ENFERMEDADES COMO DIABETES, HIPERTENSIÓN, CÁNCER, ALZHEIMER O TRASTORNOS AUTOINMUNES."

perezalbela | Dr. José Luis Pérez-Albela B.
Citas: 926098953 Oficina: 2818677

TIPS DE SALUD

ESCUCHAR MÚSICA PUEDE ALIVIAR EL DOLOR

Estudios muestran que la música relajante activa áreas del cerebro que reducen la percepción del dolor.



DATOS CURIOSOS

30 % DE LOS adultos mayores cuidan su salud visual, de acuerdo al Ministerio de Salud.

15 MINUTOS Exponerse al sol, tres veces a la semana, puede ser suficiente para obtener niveles óptimos de vitamina D.

¿SABÍAS QUE?

USAR EL CELULAR AFECTA LA MEMORIA

La luz azul interfiere con la melatonina, lo que impacta la calidad del sueño y, a largo plazo, la memoria.



ESTAS PRÁCTICAS PUEDEN EMPEORAR LA SITUACIÓN

Errores al tratar resfríos en niños

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Con el cambio de clima, aumentan las enfermedades respiratorias en los niños, que son más vulnerables a infecciones. Muchas veces, para aliviar los síntomas, se recurren a remedios caseros o automedicación, pero estas prácticas pueden empeorar la situación.

El Dr. Álvaro Altamirano, pediatra y asesor médico de Laboratorios Elifarma, señala los errores más comunes que se cometen al manejar enfermedades respiratorias infantiles y cómo evitarlos.

SÍNTOMAS. El primer paso es entender que la fiebre no siempre indica una infección grave. Algunas afecciones serias pueden no presentarla. Congestión nasal, tos persistente o dificultad para respirar también requieren atención médica. Estas molestias pueden ir desde un resfriado común hasta afecciones más complejas.

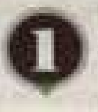
VAPORES. El uso de frotaciones con mentol, eucalipto o tomillo es un error común. Aunque pueden proporcionar alivio temporal, irritan más las vías respiratorias y no combaten la causa de la enfermedad.



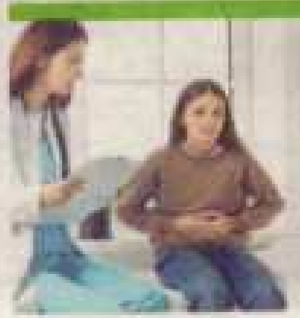
ojo al dato

Aunque muchos creen que la fiebre es lo más grave, algunas infecciones respiratorias serias pueden no presentarla, como la bronquiolitis o neumonía.

ANTIBIÓTICOS. Administrar antibióticos para tratar resfriados o tos sin prescripción médica es otro error frecuente. La mayoría de las infecciones respiratorias son virales, y los antibióticos solo son eficaces contra bacterias.



1. **ASMA.** Es incorrecto suponer que el asma desaparece con la edad. Aunque algunos niños mejoran, el asma es una enfermedad crónica que puede persistir en la adultez y necesita seguimiento médico.
2. **PREVENCIÓN.** Si un niño tiene síntomas respiratorios, lo mejor es que no asista al colegio o al nido, ya que así se reduce la posibilidad de contagio.
3. **CUIDADOS.** En casa se recomienda ventilar los espacios, evitar cambios bruscos de temperatura y reforzar la alimentación con vitamina C y B12.



EVITE SERIAS COMPLICACIONES

Apendicitis infantil y cómo detectarla a tiempo

Si un niño presenta dolor abdominal que se desplaza hacia la parte inferior derecha, acompañado de náuseas, fiebre o vómitos, podría ser apendicitis. El Dr. José Luis Apaza, Cirujano Pediátrico de la Clínica Ricardo Palma, explica que la inflamación del apéndice puede empeorar rápidamente. Ante estos síntomas, se debe consultar inmediatamente al médico para un diagnóstico y tratamiento oportuno.

CRACK ojo

"U" RECIBE A INDEPENDIENTE DEL VALLE

El que pega una vez, pega dos. Así dice un refrán que bien podría caer exacto en Ate. Esto, porque Universitario (4° con 3) recibe esta noche (9:00 p.m./ESPN 7) a Independiente del Valle (2° con 4) por la fecha 4 del grupo B de la Copa Libertadores. La "U" viene de vencer de visita a otro cuadro ecuatoriano, Barcelona SC, y es de vital importancia mantener la racha ante el "Matagigantes".

Universitario tendrá el reestreno oficial de Jorge Fossati a nivel internacional, ya que en el triunfo en Guayaquil estuvieron al frente Manuel Barreto y Piero Alva. Además, la chance de cobrarse revancha por la dura derrota ante IDV que en la fecha 2 de este grupo ganó 1-0.

El entrenador uruguayo, que reservó algunos elementos en la derrota 2-0 ante Cusco FC en el Apertura, presentará un once con: Britos; Inga, Riveros, Di Benedetto; Polo, Ureña, Concha, Vélez, Carabalí; Flores y Valera. El "9" crema tiene la misión de cortar una racha de no marcar por Libertadores desde 2021. Por su parte, Jairo Vélez tiene molestias y de no estar recuperado, su puesto lo tomaría Gabriel Costa.

"Tenemos que estar concentrados cien por ciento, es el partido más importante del año. Después vemos para el domingo (contra Alianza Atlético). Ahora estamos en modo Copa", declaró el "Nono".

En cuanto a los descartados, Horacio Calcaterra y Martín Pérez Guedes seguirán al margen por lesiones. Aldo Corzo está listo y dependerá del entrenador si lo incluye.

Independiente del Valle llega con dos bajas confirmadas: el volante Jean Pierre Arroyo, quien sufrió un esguince; y el defensa central Andy Velasco, que padece un golpe. El entrenador Javier Rabanal alinearía como único delantero al argentino Claudio Spinelli.

El "Matagigantes" perdió 2-1 con Emelec en la última fecha de la liga de Ecuador donde marcha segundo. El árbitro del partido será el brasileño Paulo Zanovelli.

Por este mismo grupo, River Plate (1° con 5) visita hoy al Barcelona SC (3° con 4) en Guayaquil (7:30 p.m./ESPN 5).

CREMAS POR LA REVANCHA

SALEN POR UN TRIUNFO ANTE EL "MATAGIGANTES" PARA SEGUIR VIVOS EN LA COPA

FIRMADOS

> Son detalles los que ganan este tipo de partidos, pecamos en esos momentos donde nos hicieron los goles, no hubo concentración

PAOLO GUERRERO
Delantero de Alianza Lima

> Este resultado golpea, caímos en casa, pero quedan seis puntos en juego. No vamos a perder la confianza por un partido

HERNÁN BARCOS
Delantero de Alianza Lima

> Me estuve aburriendo viendo fútbol en los últimos dos años. Gracias Inter y Barcelona, han recuperado el espectáculo

THIERRY HENRY
Ex futbolista de Francia

> No estaba para jugar. Lloré en casa. Mi madre me dijo que no lo haga. Me puse un vendaje y a la guerra. Ahora a jugar la final

LAUTARO MARTÍNEZ
Delantero de Inter de Milán

VOLANTE SERÍA BAJA VARIOS MESES POR LESIÓN

Lavandeira entre algodones

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Tras cuernos palos. Peor no le pudo ir a Alianza Lima ante Sao Paulo en Matute. Los íntimos dejaron escapar tres puntos claves en casa, volvieron a sufrir una expulsión y por si fuera poco se quedarían sin Pablo Lavandeira para lo que resta de temporada. El volante, que fue reemplazado por el juvenil Piero Cari al inicio del segundo tiempo, presenta molestias en la rodilla y hoy se debe conocer el alcance de la dolencia.

Los médicos del club no quisieron adelantarse con el diagnóstico hasta no conocer lo que arrojan las pruebas, pero en Matute creen que el uruguayo sufre una rotura de ligamentos, que prácticamente lo alejaría de las canchas por varios meses. La lesión le llega cuando era clave en el esquema de Néstor Gorosito donde fue titular en nueve de los diez partidos que llevan los íntimos en la Copa Libertadores.

Hernán Barcos, uno de los líderes del vestuario, reconoció que tienen un problema con las expulsiones.

"Eso es responsabilidad de nuestros jugadores. Tenemos que mejorarlo, no queda de otra. No sirve de nada lamentarnos y hay que seguir trabajando", apuntó el "Pirata".

ojo al dato

Cienciano recibe hoy (9:00 p.m.), por la Copa Sudamericana, al Caracas FC en el "Garcilaso de la Vega".



• El futbolista habría sufrido rotura de ligamentos en partido con Sao Paulo.



DT CON PIE AFUERA

ULTIMÁTUM A RIBONETTO

La casi eliminación de Melgar en la Sudamericana pegó muy fuerte. Tras la derrota ante Lanús, la directiva tendría lista la carta de despido para el técnico Walter Ribonetto.

"Nos pasa factura la racha adversa, hay desgaste por las dos competencias que enfrentamos", declaró el DT, que ha obtenido un solo triunfo en sus últimos 7 partidos, entre Liga 1 y Copa. El argentino podría sellar su salida este sábado si pierden de visita ante Cienciano.

LA COLUMNA DE

EL OJÓN

por: el calidoso

DELANTERO LUIS RAMOS EN LA MIRA DE CLUBES MEXICANOS...

Hola, holaaa, holaaaaaa mi gente, vengo más embalado que los hinchas aliancistas pidiendo explicaciones a Néstor Gorosito por el bajón del equipo en la Copa Libertadores y el torneo local. Los íntimos están muy lejos de ser el cuadro que eliminó a Boca, que jugó bien en el "Morumbí" e ilusionó a los aficionados. Ahora, el equipo del "Pipo" deja muchas dudas y la gente teme lo peor. Es cierto que matemáticamente siguen con opciones, pero si continúan jugando así difícilmente seguirán en carrera. **¡CHEEEEESSSSSS!**

Si Diego Churín no se pone las pilas en los partidos que vienen, se puede ir despidiendo de la crema. Parece que la idea del "Nono" es la de sumar un nuevo atacante extranjero para la segunda mitad del año y el que tiene todos los boletos para irse es el argentino que parece no gustar al "charrúa". No hay duda de que, con la salida de Manuel Barreto, el delantero se quedó sin su principal valedor y ahora solo le queda "romperla". **¡OJITO, OJITO!**

Alianza Universidad sorprendió y nombró a Mifflin Bermúdez como reemplazante de Paul Cominges. Los huanuqueños, a diferencia de casi todos los clubes del medio, apuestan por un técnico peruano y no le dan el buzo a un extranjero sin experiencia. El ex volante ya estuvo al frente del equipo y no lo hizo mal. Otro cuadro que también apostó por el producto nacional es Coopsol de la Liga 2. Fredy Ames se decantó por Willy Laya que estará acompañado por Juan Carlos "Pato" Cabanillas. **¡ASÍ EEEEEEEESSS!**



Los buenos partidos y goles de Luis Ramos en América de Cali han despertado el interés de cuadros mexicanos que estarían dispuestos a pagar la cláusula de salida que tiene el goleador. Al delantero pocos lo tenían mapeado cuando jugaba en Cusco y si no es por su golazo en la última fecha del Clausura ante Alianza, quizás seguiría en la "Ciudad Imperial". Los ojeadores de los clubes grandes del medio deberían explicar por qué no lo recomendaron. Bueno, mi gente, esto es todo por hoy, mañana volvemos con más y mejor información. **¡CHAAAAAAUUUUUU!**





URUGUAYO TUVO QUE BLOQUEAR INSTAGRAM

CULPAN A ARAÚJO POR ELIMINACIÓN DEL BARCELONA

Luego del emotivo partido, que terminó con triunfo 4-3 para Inter de Milán, en Barcelona aún sufren por la chance perdida para cortar 10 años sin jugar una final de la Champions. Los dedos acusadores apuntaron al defensa Ronald Araújo, que ingresó a los 76', falló en la marca de Acerbi para el 3-3 y luego Thuram lo ridiculizó en la jugada del último tanto.
El uruguayo cerró sus comentarios en Instagram y ayer su cotización bajó de 70 a 50 millones de euros. "Le faltó rapidez", "No entró a aportar" y "Repitió lo hecho en 2024 contra PSG", fueron los comentarios de la prensa sobre Araújo.

PSG GANÓ A ARSENAL Y JUGARÁ FINAL DE CHAMPIONS CON INTER

París se muda a Múnich

Sin estrellas también hay paraíso. PSG, que esta temporada se desprendió de Kylian Mbappé, ganó 2-1 a Arsenal (3-1 en el global) y clasificó a su segunda final de Champions League en su historia y que se disputará el próximo 31 de mayo en el "Allianz Arena" de Múnich. La partida de "Donatello" al Real Madrid más que debilitar, fortaleció al equipo de Luis Enrique.
Ayer, en el "Parque de los Príncipes" les costó meterse en el partido, pero cuando mejor estaban los "Gunners" volvió a aparecer el portero Gianluigi Donnarumma, que una semana antes también había brillado en Londres. El italiano sacó dos pelotas con destino de gol a Declan Rice y Martin Odegaard. Los dueños de casa reaccionaron y a los 29', el español Fabián Ruiz rompió la paridad.
Los ingleses reaccionaron y en su afán de igualar dejaron espacios. De eso aprovechó PSG y a los 69' Vitinha falló un penal. Sin embargo, El 2-0 llegó vía Achraf Hakimi, quien dentro del área definió a un ángulo. Los ingleses lo siguieron intentando y tuvieron premio con Bukayo Saka (76') que maquilló el marcador.



• El cuadro de Luis Enrique buscará su primera "Orejona".

LENTE OJO



SE LE ESCAPA EL TÍTULO A "CR7"

Al-Ittihad, de Karim Benzemá, ganó de visita 3-2 a Al-Nassr, de Cristiano Ronaldo. "CR7" no estuvo en su mejor jornada y se despide del título en Arabia Saudita.



EN LA MITAD DEL MUNDO

El fútbol no solo es de hombres también de mujeres y cada vez la industria deportiva femenina va creciendo en el mundo. Es así que todo va quedando listo para la Copa América Femenina 2025 que se realizará en el país de Ecuador a partir del 12 de julio al 2 de agosto.

La selección peruana participará en dicho certamen futbolístico y el último martes se conoció que el debut será contra la selección chilena. Las sedes donde se jugarán los 25 partidos serán íntegramente en la ciudad de Quito. Una bella ciudad que me trae muchos recuerdos.

Retrocedo en el tiempo y rememoro cuando llegué a "La Mitad del Mundo", como así es considerado el país ecuatoriano. Había estado anteriormente en la deslumbrante ciudad argentina de Ushuaia, conocida como "el fin del mundo", en el extremo sur del continente americano. Puedo decir ahora que estuve en la mitad y también donde se acaba el planeta.

Cuando llegué a la ciudad de Quito conocí ese mismo día el Centro Histórico y sus fantásticas iglesias. Al día siguiente tenía que dirigirme a la denominada "Ciudad Mitad del Mundo", ubicada a 30 kilómetros de la capital de Ecuador.
Muy temprano salí del hospedaje y antes de partir ingresé a una juguería. Pedí un potente jugo de Pony Malta con huevo y alfalfa, acompañado con pan tostado con queso.

Me esperaba una gran travesía y me dirigí a la estación de buses cerca de la Plaza Marín para llegar hasta el último paradero en el Terminal La Ofelia. El viaje se demoró 40 minutos y el pasaje costó 35 centavos de dólar (un sol aproximadamente). En Ecuador la moneda oficial es el dólar.

Luego, tuve que hacer conexión con otro bus llamado "Mitad del Mundo" y después de media hora llegué finalmente a mi destino. Esta vez el pasaje costó diez centavos de dólar. Deseaba pisar la línea imaginaria que divide el mundo entre los hemisferios norte y sur, colocar las piernas en ambos lados.

Miles de turistas viajan al país norteño solo por tener la sensación de estar en Latitud Cero. Sin embargo, existen estudios que refieren que la "Mitad del Mundo" no es donde se promociona actualmente y que la verdadera línea divisoria se encuentra más al sur, en lo alto de una montaña en el sector de Catequilla.

Lo cierto es que la ubicación actual de la promocionada "Ciudad Mitad del Mundo" es uno de los más populares destinos turísticos de Ecuador. El costo de ingreso al complejo turístico y temático, que se abrió al público en 1992, es de cinco dólares. Dentro existe un gigantesco monumento símbolo de la historia, la biodiversidad y la cultura de Ecuador. Aún hay mucho que contar. Nos vemos.

IQUITOS



▪ Celis llegaba a conducir su programa radial cuando fue atacado.

Sicarios matan a periodista

LE DISPARARON EN LA PUERTA DE LA EMISORA DONDE TRABAJABA

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Gran conmoción ha causado la muerte del periodista Raúl Celis López, reconocido conductor de radio en Iquitos, quien fue asesinado a balazos la mañana de ayer por presuntos sicarios, cuando llegaba a su centro de labores, en el centro de la capital Loretana a bordo de un mototaxi.

El crimen se registró en la cuadra 7 de la calle Brasil, en la intersección con la calle Fanning, momentos después de que el hombre de prensa se detuviera a comprar un periódico. Cuando el mototaxi avanzó hacia la emisora donde Celis López trabajaba, fue alcanzado por dos hombres a bordo de una moto, de la que descendió un sujeto armado para dispararle a quemarropa en la nuca.

ojo al dato

La fiscal dispuso la revisión del teléfono celular de Celis López, así como de las cámaras de seguridad de la zona para ubicar a los atacantes.

Los presuntos sicarios iban encapuchados y, tras el crimen, huyeron raudamente con destino desconocido.

INVESTIGACIÓN. El Ministerio Público inició una investigación para dar con los responsables de este atentado.

La fiscal provincial Tania Huancahuire Díaz, de la Quinta Fiscalía Provincial Penal Corporativa de Maynas, dispuso que agentes del Departamento de Investigación Criminal (Depincri) de Iquitos recojan las declaraciones del conductor del mototaxi en el que iba la víctima, así como de sus familiares y testigos.



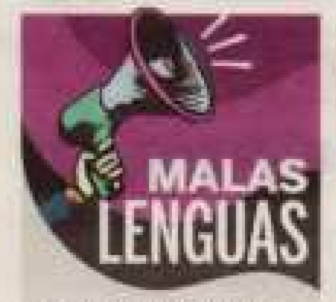


LA LIBERTAD



DETIENEN A DOS DE "LA GRAN FA" CON FUSILES

OTUZCO. Agentes de la Unidad de Inteligencia y de la División de Investigación Criminal (Divincri)-Trujillo, capturaron a Nivardo Valderrama Minchola (47), "Comando" y Cristian Valles Shupingahua (24), "Cri Cri", de la banda criminal "La Gran Fa". La Policía les incautó una pistola, tres armas de largo alcance tipo fusil R15, una escopeta y varias cajas con cartuchos de munición.



Estas malas lenguas llegan cargadas con harto "chimi chimi"... Parece que **PAMELA LÓPEZ** e **IVANA YTURBE** limaron asperezas, ya que la modelo declaró que se distanció de la aún esposa de **CUEVA** por sus conflictos con el jugador, pero esta vez **IVANA** y su pequeña hija estuvieron presentes en la celebración del cumpleaños del hijo de **LÓPEZ** con "Aladino". Bien... Apenas terminó su participación en "El gran chef famosos", **PATRICIA ALQUINTA** voló a USA pare reunirse con su nietecita ya que la extrañaba mucho... **MICHEILLE SOIFER** alista una sorpresa musical con **LOS HERMANOS YAIPÉN**. Michi regresa con todo a la cumbia... Después de que se especulara que habría retomado su relación con **ALE VENTURO**, el **"GATO" CUBA** aclaró que está solterito. Asuuu... Nos vamos, nos vemos mañana...



CRISTIAN RIVERO REGRESA CON OBRA. Cristian Rivero, Magdyel Ugaz y Armando Machuca regresan con la obra "Una semana nada más" en el teatro Claretiano, a partir del 13 de junio. "Me divertí muchísimo en la primera temporada y lo más valioso fue sentir esa energía del público", dijo Rivero.



Vanessa López se ríe de Ingrid Mijares

DICE QUE EN VEZ DE ENVIARLE UNA CARTA NOTARIAL QUE INVIERTA ESE DINERO EN ELLA, QUE LO NECESITA URGENTE

JESICA LINO

Vanessa López se burló de la carta notarial que le envió Ingrid Mijares, integrante de la orquesta "Los Barraza", tras tildarla de amante. La modelo aseguró que no se retractará, "solo he dicho la verdad de lo que viví, nadie me va a callar".

"Pregúntenle a la mamita de "Tomate" (Barraza). Ella sabe toda la historia de por qué me separé de su hijo desde mi embarazo hasta los 6 meses que duré ahí, y por qué nadie la acepta, no la quieren en esa casa, ni entra. Ahora, lo único que quiero es que se mantenga lejos de mi hija, estoy velando por la seguridad de mi pequeña", respondió Vanessa.

- ¿Cuando dices que no quieres tenerla cerca a tu hija, es por lo que viviste y escuchaste del romance que tenía con Tomate cuando estabas embarazada?

Yo puedo contar mi verdad de lo que pasé y viví, por eso ella no puede estar cerca, ni vincularse nunca con mi hija.

- ¿Vas a responder a su carta?

Con su carta me voy al baño. Carlos ("Tomate") en vez de apoyar tonterías que vea de dónde sacará 12 mil soles de cuota de ingreso del colegio para su hija, la promoción de su hija del nido y el bautizo.

- ¿No te vas a rectificar?

Que invierta en ella, que lo necesita urgente, y no en abogados. Y "Tomatito" que tenga bien puestos ya saben qué y diga la verdad de qué pasó realmente en esa época. No es nada nuevo saber que se metía con todas las que trabajaban en su orquesta.

•INGRID MIJARES CANTANTE

ojo al dato

Desde su separación "Tomate" Barraza y Vanessa López han protagonizado varias peleas mediáticas y ella lo acusó de serle infiel en más de una ocasión.

•Vanessa López no quiere que la cantante se acerque a su hija.

•Cantante respondió en sus redes sociales.

ÁLVARO AURORA LA ACUSÓ DE DESLEAL

Thamara y cómico "rompieron palitos"

Todo se terminó, es lo que habría sucedio con la relación de Thamara Gómez y Álvaro Aurora, luego que el cómico ambulante diera a entender que todo sería por la deslealtad de la cantante.

Ambos se dejaron de seguir en las redes sociales, sin embargo constantemente se lanzan indirectas. "Soy una buena mujer, no soy interesada, soy leal", escribió Thamara, a lo que Álvaro respondió: "No me engañaste, pero sí seguiste el coqueteo. No eres una persona infiel pero sí desleal".

"Hombre que habla mal de una mujer después de haber estado con ella no es hombre", posteó Thamara. Ante estas palabras, el cómico finalizó: "Por respeto me voy a quedar callado".



•Álvaro ahora prefiere guardar silencio.

SU PAPÁ NO CUMPLE CON PENSIÓN

"La Puca" chambea por su hijo



La actriz Susan Cristán, más conocida como "La Puca", contó que el padre de su hijo, Pablo Ramírez, sigue sin cumplir con la manutención de los alimentos de su pequeño. "Desde hace muchos años vengo solventando sola los gastos de mi hijo", sostuvo Cristán, quien dijo que está enfocada en trabajar y alista la próxima temporada de su circo.

AL GRANO



YAHAIRA LA ROMPE EN ARGENTINA

Yahaira Plasencia aclaró que no ha pagado ni un sol para presentarse en los programas de televisión en Argentina y aseguró que está solterita.

DONNIE YAIPÉN DE ANIVERSARIO

Donnie Yaipén celebrará, por todo lo alto, sus dos años de carrera como solista el 21 de junio en el Centro de Convenciones Scencia de La Molina y dice será un show de alto nivel.

• "Clavito" espera que familia de Paul llegue a un acuerdo con "Armonía 10".

Clavito: Lo mejor sería que conversen

ESPERA QUE VIUDA DE "RUSSO" Y ARMONÍA 10 LLEGUEN A UN ACUERDO

LADY GAMARRA

El líder de "Clavito y su chela", Robert Muñoz, espera que la viuda del cantante Paul Flores, Carolina Jaramillo, y los líderes de la agrupación "Armonía 10" puedan entablar un diálogo para llegar a un acuerdo con el fin de que no lleguen a las instancias judiciales.

Cabe mencionar, que Carolina Jaramillo anunció que entabló una querella contra la agrupación norteña por incumplir los acuerdos legales y no cumplir con los pagos correspondientes al Seguro de Vida Ley, entre otros beneficios laborales, que le correspondería tras la muerte de Paul Flores, padre de su hijo.

- Robert, ¿qué te parece la situación entre la viuda de Paul con "Armonía 10"?

Es un tema delicado, pero espero que se sienten a conversar y que Dios ilumine a ambas partes. De hecho que hay una familia que cautelar, hay un hijo y me imagino que la familia ha estado en bastantes gastos. El niño necesita crecer y apoyo. Sería bueno que entren a un diálogo, aclaren las cosas y no existan malos entendidos.

- ¿Crees que puedan llegar a un acuerdo?

Lo mejor sería que conversen porque hay una familia y un hijo que va a necesitar ayuda. Además, creo que la empresa "Armonía 10" podría capitalizar con la imagen de Paul. El interés es de ambas partes y mi deseo es que las cosas salgan lo mejor que se pueda. Lamenté mucho la muerte de Paul y me gustaría que las cosas se puedan solucionar.

•PAUL FLORES Y CAROLINA JARAMILLO

ojo al dato

El cantante Paul Flores falleció el 16 de marzo cuando el bus de "Armonía 10" recibió varios impactos de bala por parte de extorsionadores.

MAGALY MORO
magalymoro@prensmart.pe



Terminé con ella y ahora me arrepiento

José (37 años, Chorrillos). Doctora, estoy desesperado y con mucha ansiedad. Siento que estoy perdiendo a la mujer que más he amado por haber actuado de forma inmadura. Lorena y yo llevamos un año juntos y nunca había sido tan feliz. Ella tiene un carácter fuerte, pero también es amorosa, atenta y siempre quiere lo mejor para mí. A su lado dejé varios malos hábitos, me empezó a ir mejor en el trabajo y, sinceramente, nunca había estado con alguien tan atractiva, tanto por fuera como por dentro.

Sin embargo, su inseguridad nos trajo varios conflictos. Aunque ella siempre intentó trabajarlo y comunicarse, yo a veces me cansaba. Discutimos por una tontería y terminamos. Luego me buscó, se disculpó y quiso volver. Seguimos hablando, pero como amigos. A la semana nos vimos y me propuso retomar la relación con algo más serio, incluso pensar en formar una familia.

Acepté, pero al día siguiente me arrepentí y me alejé. Desde entonces no volvió a buscarme. Recuerdo sus ojos llenos de lágrimas cuando le dije que no me sentía preparado. Ahora sé que está tomando distancia y no puedo dejar de pensar en ella. La llamo, a veces responde, pero ya no es la misma.

Cuando le digo que la extraño y quiero estar con ella, solo sonríe sin decir nada. Su indiferencia me duele y me siento profundamente arrepentido. No sé cómo reparar el daño ni cómo demostrarle que esta vez sí quiero algo real. ¿Qué me aconseja, doctora?

ojo al consejo

Querido José, tu arrepentimiento es válido, pero no basta con insistir. Si realmente deseas recuperarla, trabaja primero en tu estabilidad emocional. La inmadurez que reconoces debe transformarse en responsabilidad afectiva. Dale espacio, respeta su proceso y busca apoyo terapéutico para entender por qué actuaste así. Solo desde ahí podrás reconectar con autenticidad.

EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA
996288415





ARIES 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
Las malas actitudes de algunos colegas le restarán tiempo y energía. Deberá evitar caer en la duda y seguir adelante. Manos a la obra.



TAURO 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
Con el paso del tiempo hay un natural desgaste en la relación de pareja. Sea más demostrativo en su amor y, poco a poco, mejorará.



GÉMINIS 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
Sus ambiciones profesionales se ven disminuidas y ya da vueltas por su cabeza el abandonar el barco. Pero usted no es así. Adelante.



CÁNCER 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
En el trabajo debe decir lo que siente, con palabras simples y directas. Deje de lado cualquier hipocresía solo por querer quedar bien.



LEO 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Procure tomar con mayor positivismo las situaciones que parecieran no favorecerle en el trabajo. Vea el vaso medio lleno y no medio vacío.



VIRGO 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
Deberá renunciar a ciertos gustos privados todo por lograr rescatar su relación. Su pareja y sus buenos sentimientos bien lo valen.

LIBRA 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
Buena jornada laboral. Logrará grandes avances en algunos temas que le habían generado retrasos hace poco tiempo. Enhorabuena.



ESCORPIO 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
Es muy común que el gran estrés en el que vivimos ahora termine por poner presión en la pareja. Debe manejarlo con inteligencia.



SAGITARIO 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
Contará con la confianza necesaria para alcanzar sus metas laborales o profesionales. Ponga el mismo interés en su relación de pareja.



CAPRICORNIO 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO
No confíe en la suerte para tomar decisiones que pueden terminar perjudicando su carrera profesional. Deberá actuar con criterio y madurez.



ACUARIO 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
Sufrirá incontables inconvenientes cuando esté dispuesto a salir a disfrutar con la pareja. Que nada lo haga cambiar de planes.



PISCIS 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
La vida no puede ser un constante cuento de hadas donde solo hay momentos felices. Para madurar es necesario vivir momentos difíciles.

SOLUCIÓN OJOGRAMA ANTERIOR



CONSEJO SENTIMENTAL



¿SU PAREJA NO LE PRESTA ATENCIÓN?

La falta de atención de la pareja puede tener raíces más profundas: cansancio, estrés o resentimientos no dichos. Antes de reaccionar de mala manera, lo mejor es tratar de entender qué está pasando emocionalmente.

LO QUE SE OCULTA TRAS EL SILENCIO SEXUAL

Evitar hablar de placer y deseo genera distancia en una relación. Cuando no se dice lo que se quiere, el cuerpo termina apagándose. Por ello, es muy necesario crear espacios de conversación íntima y sin juicio para revitalizar la conexión erótica.



REFRÁN: LA RANA NO SE RÍE DEL COCODRILO EN EL PANTANO.

Significado: No te burles de alguien en desventaja si tú estás en una situación igualmente frágil.

CINE

cataujo@hotmail.com / Nº 6614



COMER *para* VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3526
Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

PESO SALUDABLE EN CADA ETAPA DE LA VIDA FEMENINA

➔ En la mujer, el cuerpo cambia con la edad, las hormonas, los embarazos y la menopausia, por eso es importante adaptar los hábitos en cada etapa.

➔ Comer con equilibrio, priorizando alimentos naturales, fibra, proteínas y grasas saludables, ayuda a evitar el aumento de grasa abdominal y a conservar la masa muscular. Es mejor hacer cinco comidas moderadas al día que pasar muchas horas sin comer. Beber suficiente agua, dormir bien y manejar el estrés también influye en el peso.

➔ La actividad física regular, incluyendo ejercicios de fuerza y cardio, es clave para el metabolismo y el bienestar emocional. Evitar dietas extremas o restrictivas es fundamental: lo ideal es un estilo de vida sostenible. Además, los chequeos médicos ayudan a detectar trastornos hormonales o metabólicos. Cuidar el peso es cuidar la energía, el ánimo y la salud a largo plazo.

